

SOMMAIRE

p. 01	Edito Le saviez-vous ? Il faut 50 fois plus d'énergie... Consommez malin : les cadeaux dématérialisés
p. 02	dans votre cuisine A chaque saison ses fruits et légumes La recette du chef La chasse au gaspi
p. 03	la page des 6-12 ans Les bons conseils de Lucie Idée bricolage Jeu-concours
p. 04	réservé aux 12-16 ans Kesako : il est cool ton jeans ? Des livres pour faire bouger le monde No more waste Tu as dit «labels» ?
p. 05	dans votre cuisine Dans la famille carotte, voici le... panais ! société Quand les entreprises agissent Halte aux boîtes aux lettres qui débordent !
p. 06	société Bonnes résolutions dès le réveillon ! à deux pas de chez vous... Les actions d'Idelux-AIVE

Edito

Chers lecteurs,

Les fêtes de fin d'année sont là, à quelques préparatifs près. Période féérique pour les uns, aberration consumériste pour d'autres, moment idéal pour s'interroger sur le sens des choses pour nous tous. Quel que soit votre état d'esprit, cette année, vous surveillerez votre budget.

Avec cette deuxième édition de *L'Air de Rien, consommez malin*, Idelux-AIVE vous propose quantité de conseils et d'astuces pour maîtriser vos dépenses tout en réduisant votre production de déchets et donc l'impact de votre consommation sur notre environnement !

consommez malin

Dans ce numéro, nous vous proposons une foule d'idées qui vous rendront les fêtes agréables mais aussi plus respectueuses de l'environnement : des menus de chez nous, des idées cadeaux, des conseils déco...

Et pour l'an neuf, un défi ? Et si nous faisons le pari de faire diminuer le volume de nos poubelles ?

Très bonne lecture et surtout bonnes fêtes !

Idelux-AIVE



Le saviez-vous ?

Il faut 50 fois plus d'énergie...

Il faut 50 fois plus d'énergie pour fabriquer une pile que ce qu'elle vous en rendra pendant toute sa vie !

Dans ce cas, rien de tel que les outillages mécaniques, les jouets sans piles ou les batteries rechargeables.

50 fois...



Consommez malin : les cadeaux dématérialisés

En plus d'être le dernier mois de l'année, décembre est surtout le mois des cadeaux... A recevoir et à offrir. Nous avons tous, sur l'étagère du haut ou dans le fond d'une malle, un, voire plusieurs cadeaux reçus il y a quelque temps et dont nous ne savons que faire... Sans oublier que ces cadeaux, parfois volumineux, ont généré leur lot de déchets.

Le cadeau dématérialisé n'est pas un objet, mais plutôt une forme de service que l'on offre : une place de cinéma ou de concert, un abonnement, une formation, une séance de massage, un repas dans un restaurant...

Non seulement vous évitez de produire des déchets inutiles, mais aussi d'offrir une chose inutile. Tout comme le cadeau dit «normal», le cadeau dématérialisé peut également être fait en commun, histoire de lui donner encore plus de valeur... Et voilà un City Trip à Londres pour elle ou pour lui.



Et plutôt que jeter ce qui ne vous sert plus, mais garde toute sa splendeur, pensez à l'offrir à des associations de soutien. De déchet potentiel, il devient cadeau substantiel.

Enfin, n'oubliez pas que décembre, c'est aussi le mois des cartes de vœux. Et si, cette année, vous privilégiez la

carte virtuelle à celle en papier ? Ou encore, une carte bricolée par les enfants eux-même pour dire bonne année ?

Quoi qu'il en soit, n'oubliez surtout pas de faire plaisir... et de vous faire plaisir.

Pour elle	Pour lui	Pour les enfants
Une séance de massage	Une entrée pour un match de foot	Un abonnement à la bibliothèque ou à la ludothèque
Une place de théâtre	Une réduction pour un abonnement dans une salle de sport	Une place de ciné
Un repas au resto	Un abonnement auprès d'un centre de location de DVD	
Une place de concert		

A chaque saison ses fruits et ses légumes !

Si manger des fruits et légumes est bon pour la santé, choisir des fruits et légumes de saison est bon pour l'environnement... et pour votre portefeuille !

Pourquoi s'obstiner à vouloir manger des fraises ou de la salade toute l'année ? Aussi vitaminés et sains soient-ils, ces aliments produits hors saison ont eu besoin d'une grande quantité d'énergie et d'eau pour pousser sous serre. Sans compter qu'ils ont parfois fait le tour de la terre avant de se retrouver dans votre cabas.

Alors, laissez-vous bercer par le rythme des saisons et de leur production : privilégiez le fruit ou le légume de votre région plutôt que de succomber à la tentation du fruit dopé venu de l'autre bout du monde.

Ne pas respecter les saisons, c'est un peu comme manger contre nature, non ?

FRUITS	janv	Fév	mars	avril	mai	juin
Mandarine	F	F				
Orange	F	F	F	F		
Kiwi	F	F	F			
Poire	G	G	G			F
Pomme	G	G	G			
Rhubarbe				F	F	F
Cerise					F	F
Fraise					F	F
Groseille					F	F
Framboise						F
Pêche						F



F : fruit/légume frais
G : fruit/légume de garde

LÉGUMES	janv	Fév	mars	avril	mai	juin
Betterave	G	G	G	G		F
Carotte	F	F	F	F	F	F
Céleri rave	G	G	G	G	G	G
Chicon	F	F	F	F	F	
Choux de Bxl	F	F	F			
Chou rouge	G	G	G			
Navet	F	F	F	F	F	F
Oignon	G	G	G	G	G	F
Poireau	F	F	F	F	F	F
Panais	F	F	F			
Scorsonère	G	G	G			
Radis			F	F	F	F
Asperge				F	F	F
Bette				F	F	F
Epinard				F	F	F
Laitue				F	F	F
Chou fleur					F	F
Concombre					F	F
Brocoli						F
Fenouil						F
Mange-tout						F
Petits pois						F
Tomates						F



La chasse au gaspi !

LES CHIFFRES PARLENT D'EUX-MÊMES

Près d'1/4 de la nourriture produite est jeté sans même être consommé ! En Wallonie, cela représente 15 à 20 kg par an et par habitant. Autant le dire tout de suite : c'est un sacré gaspillage dont on peut franchement se passer.

POUR L'ÉVITER, VOICI UNE MÉTHODE SIMPLE !

Avant de faire vos courses :

- faites l'inventaire de votre réfrigérateur et de vos armoires pour éviter les achats en double ;
- établisseez les menus de la semaine en tenant compte de votre stock ;

- faites une liste des courses !

Pendant vos achats :

- vérifiez les dates de péremption des produits ;
- assurez-vous que les emballages ne sont pas endommagés ;
- achetez les quantités adaptées ;
- respectez la chaine du froid : frigo-box pour le transport puis directement au frigo ;
- suivez votre liste et ne vous laissez pas tenter par l'inutile... Même en promotion !

Après vos emplettes :

- conservez correctement vos aliments ;
- accommoder les restes...

ESSENTIEL AUSSI

Bien gérer votre frigo. Ainsi, savez-vous que la température n'y est pas la même partout ?

Référez-vous à son mode d'emploi :

- Zone tempérée (6-10 °C)
Fruits et légumes frais, fromage râpé...
- Zone fraîche (4-6°C)
Fromages frais, lait, yaourts, légumes et fruits cuits, plats préparés maison...
- Zone froide (< 4°C)
Viande, volaille, poisson, charcuterie, crème, desserts, légumes prédécoupés, plats traiteur cuisinés, pâtisseries, produits en cours de décongélation...
- Zone variable (la porte)
Boissons, beurre, œufs...

Enfin, n'oubliez pas de le nettoyer régulièrement, de surveiller les dates de péremption, de noter la date d'ouverture des produits...

PLUS D'INFO

Consultez la brochure contre le gaspillage alimentaire éditée par Idelux-AIVE !

www.idelux-aive.be



Goutez la saveur du local

La recette du chef



Civet de Lièvre



2.30 à 3 h



6 à 8 pers.



INGRÉDIENTS

- 1 lièvre de ± 2,5 kg (avec le foie)
- 250 gr d'oignons de Mulhouse
- 200 gr de lard
- huile d'olive
- 50 gr de beurre
- 2 à 3 doses de cognac
- 2 à 3 cuillerées à soupe de farine
- 1 petit bouquet garni
- sel et poivre
- 5 cuillerées à soupe de gelée de groseilles
- 4 carrés de chocolat de 15 à 20 gr
- ¼ litre de vin rouge pour la cuisson
- ¼ litre de vin rouge pour la marinade

Par **M. Mohy** *L'Ô à la Bouche*
Avenue de Bouillon 38 à LIBRAMONT-CHEVIGNY

PRÉPARATION : 45 min • MARINADE : 48 heures

- Coupez le lièvre en morceaux et mettez-le à mariner 48 h avec le foie, dans 1/4 de litre de vin rouge.
- Retirez la viande de la marinade et épongez-la.
- Dans une cocotte en fonte, faites chauffer de l'huile (± 8 cl).
- Saisissez la viande dans la cocotte pour qu'elle dore.
- Arrosez avec le cognac, saupoudrez de farine et laissez roussir.
- Mouillez avec la marinade et recouvrez la viande avec ¼ de litre de vin rouge.
- Ajoutez le bouquet garni, salez et poivrez.
- Laissez mijoter pendant 2 h 30 à 3 h.
- Passez le foie du lièvre au mixer, délayez cette mixture dans le vin rouge restant.
- Mélangez, petit à petit, la purée de foie et la gelée de groseilles à la sauce du civet ainsi que le chocolat. Laissez chauffer 2 à 3 minutes. Retirez le bouquet garni.
- Faites fondre le beurre et mettez-y les lardons et les petits oignons (faites roussir légèrement). Ceci se place en garniture au moment de dresser les assiettes.

LES ACCOMPAGNEMENTS

Poire au vin et cannelle • Confiture d'airelles • Pommes croquettes • Chou rouge



LE VIN QUI CONVIENT Un **Pommard**.

Les bons conseils de Lucie

Salut les copains !

Eh, tu as vu ? C'est l'hiver ! J'adore ça moi. Surtout quand il y a de la neige ! L'hiver, c'est aussi la saison des mandarines. Délicieux ! Maman m'en met souvent comme collation. En plus, c'est sain, plein de vitamines et ça ne fait presque pas de déchets. Ben non, parce que les épluchures vont dans le compost pour être transformées en électricité. Si, si, en électricité, je te le jure. On me l'a expliqué à l'école. En se décomposant, l'épluchure produit du gaz : la biométhanisation. Avec le gaz, on fait tourner un moteur qui, lui, produit de l'électricité. Si tu ne me crois pas, va faire un tour au Centre de traitement des déchets d'Idelux près de Tenneville. C'est là que tout se passe. Ils te montreront.

Mais, j'y pense : l'hiver, c'est aussi la saison de Saint-Nicolas ! T'as déjà fait ta liste, toi ? Cette année, j'ai choisi des jouets qui ne sont pas mauvais pour l'environnement. Par exemple, des jouets en bois : ils sont solides et recyclables. Rien qui fonctionne avec des piles : elles sont bien trop dangereuses pour la nature. Et si tu veux tout savoir, j'ai aussi demandé un livre et un jeu de société. Mais c'est quand même Saint-Nicolas qui décide. Je suis sûre que lui, la nature, il y fait attention...

Oups ! Fait que je te laisse, j'ai du travail : cette année, c'est moi qui fabrique les cartes de vœux. Je n'utilise que des trucs de récup'. Comme ça, je pourrai souhaiter à tous mes copains une année 2010 encore plus nature !

At, Lucie



Idée bricolage

Le pot à crayons high-tech

Chez toi aussi il reste de vieilles disquettes qui traînent au fond des tiroirs ?



Voilà une idée de recyclage amusante : un pot à crayons, robuste et carré, qui pourra aussi se transformer en cache-pot ou en boîte high-tech !

Voici comment s'y prendre :

- Si ce n'est pas fait, soulève le loquet qui permettrait de bloquer la fonction ré-enregistrement de la disquette.
- Avec une vrille à main ou une petite mèche, perce les 2 pastilles rondes qui se trouvent dans le haut de la disquette. Attention : tourne la vrille doucement.
- Pour assembler les disquettes, utilise des colliers de serrage en plastique (Colson). Avant de commencer le montage, veille à ce que les disquettes soient orientées de la même façon (c'est plus joli !). Dans l'exemple, la face où se trouvaient les étiquettes est à l'intérieur du pot.
- Assemble au fur à mesure, en commençant par le bas, sans serrer les colliers à fond.
- Serre les colliers définitivement à la fin. Coupe enfin les bouts de plastiques qui dépassent avec une pince coupante.

Voilà ! Malin, non ?

Retrouve plein d'idées de brico-récup' sur www.espritchabane.com, rubrique Loisirs créatifs, onglet Récup et aussi sur www.espritrecup.fr

jeu-concours

Les aventures de Lucie et Loïck



En dehors des bourses et d'Internet, connais-tu d'autres façons de vendre ou d'acheter en seconde main ?

Envoie-nous ta réponse pour le 31 décembre 2009 pour gagner une superbe mangeoire à oiseaux à concours@idelux-aive.be

Un tirage au sort départagera 5 gagnants parmi les bonnes réponses.

Bonne chance à toi !

réservé aux 12-16 ans

KESAKO Il est cool ton jeans ?

C'est un indispensable de ta garde-robe.
Pas polluant pour un sou... à première vue.

Regardons de plus près à l'impact écologique d'un jeans fabriqué à base de coton classique, porté 1 jour par semaine, lavé toutes les 3 utilisations à 40°, séché au sèche-linge, repassé et jeté au bout de 4 ans... Toutes les étapes du cycle de vie d'un jeans depuis la culture de coton jusqu'à sa fin de vie ont été passées au crible «environnemental».

Conclusion ? Consommation d'énergie, d'eau, émission de gaz à effet de serre, destruction de la couche d'ozone, pollution de l'eau par les nitrates, l'arsenic, les antimites.



Le tout se solde par un déchet de plus. Multiplions cela par le nombre de jeans que chaque personne possède et par le nombre de personnes qui en utilisent... Catastrophe !

Pour être plus précis, sache que les effets les plus néfastes sur l'environnement sont liés à la production même du pantalon. En tant que consommateur, tu as ton mot à dire ! Et le reste des impacts est dû à la manière dont tu utilises, entretiens et enfin te débarrasses de ton jeans. Ici plus encore, tu es à la manœuvre !

Sans abandonner ton vêtement favori, tu peux porter un jeans plus écologique :

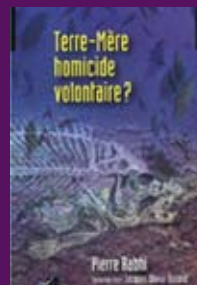
1. En choisissant un jeans d'occasion ou un jeans en coton bio non traité (décoloration/coloration), et issu d'un pays où le traitement des eaux est obligatoire. Ces produits se développent : après les pionniers comme Idéo (www.ideocollection.com) et Machja (www.machja.fr), les grandes marques s'y mettent.
2. En le portant 5 fois plutôt que 3 avant de le laver.
3. En le lavant à froid dans une machine à laver de classe A, en le séchant à l'air. On peut aussi se passer de repassage en le faisant sécher «en forme».
4. En lui donnant une seconde vie au lieu de le jeter : dépôt dans les parcs à conteneurs, revente sur Internet ou via des magasins de seconde main...

[SOURCE : fiche 13 - www.ademe.fr/internet/eco-jean]

Des livres pour faire bouger le monde



GASTON HORS-SERIE - L'ÉCOLOGIE SELON LAGAFFE
Avec son beau pull-over vert, ses épis dans les cheveux, son amour des animaux et son goût immodéré pour les technologies alternatives, Gaston était prédisposé à développer une fibre écologiste militante. Dans *L'Écologie selon Lagaffe*, vous retrouverez une sélection de gags qui illustrent l'évolution de Gaston, sa prise de conscience des problèmes écologiques et sa manière parfois toute personnelle de les résoudre ! «Itinéraire en gags d'un gaffeur épris d'écologie».



TERRE-MÈRE, HOMICIDE VOLONTAIRE ?
de Pierre Rabhi aux éditions «Le Navire en pleine ville.»
«De quoi manque le plus notre monde ? D'humain ! Humain, humanisme, humanité... autant de termes qui ont la même racine qu'humus, cette vitamine indispensable à la mince couverture de terre qui, à la surface de notre planète, assure notre survie. Cette terre nourricière qu'on est en train d'épuiser, d'assécher, d'empoisonner...»
«Dans cet ouvrage, Pierre Rabhi en appelle aux consciences, particulièrement à celles des jeunes, pour que l'humain se réconcilie avec la nature. Pour que chacun cultive, là où il vit, une oasis d'humain dans ce désert d'inhumanité.»
Beau et utile !

No more waste



Au début de cette année scolaire, Idelux-AIVE a invité ton école secondaire à

participer à la semaine européenne de réduction des déchets qui a eu lieu du 22 au 29 novembre. C'est quoi, ce truc ?

Concrètement, l'école a dû mettre en place 5 actions pour réduire la production de déchets. TOI AUSSI, TU PEUX PARTICIPER, VOIRE FORCER LE SYSTÈME ! Voici comment...

1. Les copies recto/verso
Propose aux profs et aux élèves de faire les copies et les notes recto/verso. Tu seras impressionné des économies de papier réalisées en une semaine !

2. La cantine responsable
Propose à la cantine scolaire des alternatives aux emballages à usage unique. Par exemple : dehors les ca-

nettes et autres bouteilles en plastique individuelles, vive la carafe, les grands conditionnements... Favorise les produits à moindre empreinte écologique comme les aliments locaux et les produits de saison...

3. Un débat sur la consommation des jeunes

Se poser des questions fait avancer : Comment perçois-tu ta consommation ? En connais-tu les effets environnementaux ? Peux-tu changer les choses ? Individuellement, collectivement ?

4. La mise hors service des distributeurs de boissons et de snacks
Les canettes, c'est tout sauf durable ! Mieux vaut les éviter...c'est tout bé-

néfice pour ta santé et ton argent de poche !

5. Ton meilleur « truc »

Le blog www.nomorewaste.be. Découvres-y un max d'infos et propose-nous ton meilleur truc pour diminuer les quantités de déchets.

Un grand bravo aux écoles qui ont répondu présentes : la Haute Ecole Blaise Pascal (Virton), Bischöfliche Schule (Sankt-Vith), la Haute Ecole Robert Schuman (Libramont), l'Institut St Michel (Neufchâteau), l'Institut Saint-Joseph (Saint-Hubert), le Collège d'Alzon de Bure, l'Institut du Sacré Cœur (Vielsalm), l'Athénée Royal de Waimes.

Tu as dit «labels» ?



PEFC

Le label PEFC est le Programme de Reconnaissance des Certifications Forestières (PEFC = Programme for the Endorsement of Forest Certification). Il vise à garantir l'origine légale (pas de coupes sauvages) et durable du bois (surface déboisée = surface replantée). Avec 226 millions d'hectares de surfaces forestières certifiées (soit 2/3 de l'ensemble des surfaces mondiales certifiées), PEFC est le système le plus répandu dans le monde. Il est soutenu par la Région wallonne avec 48% de notre superficie forestière certifiée selon ce système. En Belgique, 90 entreprises disposent d'une chaîne de contrôle leur permettant de vendre les produits avec le label PEFC.

Consommation : choisis un papier d'imprimante qui porte le label PEFC.

→ www.pefc.be



FSC

Le FSC (Forest Stewardship Council = Conseil international de gestion forestière), né en 1993, œuvre pour la pérennité des forêts tropicales. Il impose aux exploitants plusieurs contraintes : respect des populations autochtones, préservation de la biodiversité, régénération des forêts, et un contrôle de l'activité des forestiers (commissions incluant des représentants des peuples locaux ou d'associations environnementales). Aujourd'hui, 115 millions d'hectares de surfaces forestières sont certifiés FSC. Un site vous permet de rechercher des produits du bois et du papier labellisés FSC et disponibles sur les marchés belge et luxembourgeois :

→ www.jecherchedufsc.be

Dans la famille carotte, voici le... panais !

Le panais – aussi connu sous le charmant nom de *Pastinaca sativa* – est un légume de la famille de la carotte. C'est donc une racine qui, malgré une couleur moins éclatante que sa cousine, s'avère savoureuse et riche en vitamines et minéraux.

On peut déguster le panais cru ou cuit, ou mélangé à d'autres aliments. Bref, il se consomme sous toutes les formes. C'est un aliment très nutritif, parce qu'il est riche en vitamine C et d'une haute teneur en folate (vitamine B9). Il fournit des antioxydants et des fibres.

Préférez le panais sain et de grosseur moyenne. Trop gros, il risque d'être trop fibreux, tandis que trop petit, il se dessèche vite.

QUELQUES IDÉES DE PRÉPARATIONS À BASE DE PANAIS :

- fraîchement râpé, dans une salade ;
- dans une soupe, accompagné de pommes, d'ail, de cumin, de poudre de cari, de cardamome et de coriandre ;
- simplement tranché et sauté brièvement dans du beurre et de l'huile d'olive. Attention : le panais cuit beaucoup plus rapidement que la carotte ;
- pour aromatiser le bouillon d'un couscous ;
- en purée, seul ou avec des pommes de terre, de la courge ou des carottes. Essayez une purée de panais et de poires cuites avec un peu de crème pour lier le tout... étonnant et délicieux ;
- sous forme de galettes : râpez-le avec des pommes de terre, mélangez-le avec des oignons émincés, un œuf, du bicarbonate de soude et de la farine, et façonnez des galettes à dorer quelques minutes dans un peu d'huile chaude.

Le panais est l'un de ces légumes de saison que nos grands-mères préparaient et qui est tombé dans l'oubli. A redécouvrir pour le plaisir des plus gourmands !

Source : www.passeportsante.net

Quand les entreprises agissent...

Des produits de lessive de plus en plus concentrés.

En l'espace d'une dizaine d'années, la dose requise pour un lavage en machine a diminué de près de 50 %, ce qui a permis de réduire considérablement le volume des emballages. Une évolution au bénéfice de l'environnement et plus économique, pour autant que l'on respecte les consignes de lavage...

Alors, allez-y à petites doses !

Le 1^{er} janvier 2009, l'industrie lançait Le Laundry Sustainability Programme 2 (LSP 2) dans le but d'augmenter la concentration des poudres à lessiver. Avec une réduction de volume de 10 à 15 % sans perte d'efficacité, le LSP 2 devrait permettre une économie de 200.000 tonnes de poudre, 5.000 tonnes d'emballages et 10.000 transports routiers en 2009.

Le secteur prévoit par ailleurs un programme similaire de concentration des liquides pour la mi-2009. Celui-ci comporte notamment la mise au point de produits de base permettant une dose de maximum 75 ml par lavage.

(SOURCE : fiche 13 - www.preventpack.be)

Productrices d'énergie verte



Maintenant, vos restes de repas, y compris les cartons gras, serviettes en papier, essuie-tout produisent de l'électricité et de la chaleur en plus du compost. Idelux vient d'ouvrir une unité de biométhanisation à Tenneville. Un grand progrès pour l'environnement, et une source d'énergies vertes importante.

Aidez-nous à gagner ce pari vert !

Triez vos déchets organiques et déposez-les à la collecte hebdomadaire.

Le bon tri des déchets organiques.

Restes de repas, épluchures de fruits et légumes, fleurs fanées, langes d'enfant, papiers essuie-tout, papiers gras, serviettes, nappes et mouchoirs en papier, sacs à pain et à fruits...



www.idelux-aive.be

Halte aux boîtes aux lettres qui débordent !

Chaque année, votre boîte aux lettres reçoit de 25 à 40 kg de documents toutes-boîtes (publicité et presse gratuite non adressées), ce qui, à l'échelle de la région wallonne, représente des milliers de tonnes de papier !

Dans bien des foyers, les toutes-boîtes ne sont même pas feuilletées. Si tel est votre cas, affichez votre « STOP PUB » ! Tous les imprimés qui mentionnent vos coordonnées continueront à vous être distribués normalement.

3 possibilités s'offrent à vous :



- imprimés publicitaires : STOP
- presse gratuite : ENCORE



- imprimés publicitaires : ENCORE
- presse gratuite : STOP



- imprimés publicitaires : STOP
- presse gratuite : STOP

Ces autocollants sont disponibles gratuitement dans votre parc à conteneurs. Demandez celui qui correspond à votre choix.

Infos : <http://stoppub.wallonie.be>

Bonnes résolutions... dès le réveillon !



Les fêtes de fin d'année approchent : inévitablement, vous allez consommer plus que d'habitude. Et si vous preniez d'ores et déjà une (très) bonne résolution pour l'an neuf ? Réduisez la quantité de déchets que vous laisserez aux bons soins de votre poubelle... le matin venu !

Pas d'inquiétude : réduire vos déchets de fête ne risque pas de gâcher l'ambiance. Pas besoin non plus d'une logistique impressionnante ni d'une âme d'écologiste assidu. Voici quelques conseils pour des réveillons plus respectueux de l'environnement et plus originaux aussi !

D'abord, le menu

- Une assiette bien de chez nous, cela vous tente ? Les **produits locaux et les produits de saison** sont tellement plus savoureux : fromages, charcuteries, chocolats, fruits et légumes... le choix ne manque pas.

Rendez visite aux producteurs : moins de transport, moins d'emballages, mais des rencontres ô combien enrichissantes...

Les courses

- Utilisez des **sacs ou boîtes réutilisables**

Le plastique des sacs est fabriqué à partir de pétrole : raison de plus pour bannir les sacs jetables

- Prenez de nouvelles habitudes : achetez **en vrac** et **à la découpe** plutôt que des produits prédécoupés et préemballés

La quantité que vous voulez et en prime, les conseils des commerçants !

Equipement durable

- Sortez **vos plus belles vaisselles**. Oubliez serviettes, nappes et autres assiettes jetables !
- **Pierrade, raclette, fondue** ? Si vous ne possédez pas l'appareil adéquat, commencez par faire le tour des amis et de la famille avant de vous précipiter au magasin.

Avez-vous déjà pensé à proposer à vos amis d'effectuer des achats partagés pour des appareils dont l'utilisation est purement occasionnelle ?

La boisson reine

- Bien sûr, il y aura du vin. Et **beaucoup d'eau** aussi. **Une carafe**, c'est tellement plus chic que de vulgaires bouteilles en plastique.

Chez nous, l'eau du robinet est de haute qualité. Elle subit des contrôles constants de la part de votre commune et de la Société Wallonne de Distribution de l'Eau, la SWDE. Pour connaître les dernières analyses de votre eau : www.swde.be > Espace clients > qualité de l'eau > consultez la qualité de votre eau

La déco

- **Oui à une déco naturelle** : branches de lierre, de noisetier tortueux, baies sauvages cueillies en promenade...
- **Un non ferme et définitif aux produits toxiques** tels que la neige artificielle en bombe par exemple !

Supplément de fête

- Vous organisez une fête costumée ? Plutôt que les chapeaux jetables – qui ne tiennent d'ailleurs jamais sur la tête – pourquoi ne pas investir dans des **déguisements de qualité à réutiliser à la moindre occasion** et qui raviront vos enfants ? Vous pouvez aussi les louer...

La fête est finie ? R-E-C-Y-C-L-E-Z !

- **Le sapin** (qui perd maintenant ses aiguilles partout) : déposez-le, sans ses décorations, au parc à conteneurs, où il sera composté, pour mieux enrichir la terre plus tard.
- **Les papiers cadeaux** : triez-les et destinez-les au parc à conteneurs ou à la collecte sélective.

Avec 1 tonne de papiers triés, on fabrique 900 kg de papier recyclé = 17 arbres économisés, 100 fois moins d'eau consommée, 3 fois moins d'énergie utilisée, une belle quantité de produits chimiques évités

- Et bien sûr tous les déchets recyclables habituels sont plus que bienvenus au parc à conteneurs...

Emballages recyclables : verres, bouteilles en plastique, emballages métalliques, cartons à boissons...

Déchets dangereux : piles, cires, cirages...

à deux pas de chez vous...

Les actions d'Idelux-AIVE

> SAMEDI 17 OCTOBRE 2009

Traditionnelle collecte de jouets en bon état. Au total, 2.104 jouets ont été déposés dans les parcs et redistribués à des associations sociales.

> SAMEDI 12 DÉCEMBRE 2009

Une maison belle, propre et saine : halte aux DSM (déchets spéciaux de ménages) Distribution dans votre parc à conteneurs d'une lavette en microfibre et de la brochure «Moins de produits dangereux».

Chez vous, des produits dangereux ?

Non, pensez-vous...

Et pourtant chaque pièce contient des substances potentiellement néfastes pour la santé :

détergents, détartrants, nettoie-fours, cirages, eau de javel, ammoniac, soude caustique, aérosols non alimentaires ou non cosmétiques, thermomètre au mercure, peintures, dissolvants, vernis, colles, résines, antirouilles, décapants, diluants, détachants, piles, batteries, accumulateurs, huiles de vidange, antigel, pesticides, insecticides, engrais chimiques, encres, produits labo photo, radiographies, seringues...

A court terme : irritations, maux de tête

A plus long terme : troubles des systèmes endocrinien et nerveux, voire cancer.

En dehors de nos maisons, les principes actifs de ces produits commettent d'importants dégâts, d'autant que de très petites quantités suffisent pour contaminer des grands volumes d'eau, d'air ou de terre. Certains polluants s'insinuent également dans la chaîne alimentaire en s'accumulant dans les organismes vivants.

QUE FAIRE ?

- Lisez attentivement les étiquettes où sont indiqués les risques.
- Choisissez des produits durables.

La brochure « Moins de produits dangereux pour moins de déchets spéciaux et moins de pollution... », éditée par Idelux-AIVE, vous permettra d'y voir clair. Vous recevrez en prime une véritable **lavette en microfibre** si vous vous rendez dans votre parc à conteneurs le **12 décembre 2009** !

